



COMPARTIENDO DESDE DETRAS DE LOS MUROS

Oficina de Servicios Generales de A.A., Box 459, Grand Central Station, New York, NY 10163

Invierno 2009

Queridos compañeros A.A.,

Muchas religiones tienen la costumbre de dar regalos durante las fiestas. Para nuestro objetivo común, los miembros de A.A. ofrecen el preciado regalo de la sobriedad. Todos los que trabajamos en la Oficina de Servicios Generales enviamos nuestros mejores deseos para la paz, la alegría y el milagro de la recuperación que se puede encontrar en la Comunidad de A.A. Esperamos que ustedes ofrezcan lo mismo a otras personas.

Vamos a abrir nuestra reunión con un momento de silencio seguido por el Preámbulo de A.A.: “Alcohólicos Anónimos es una comunidad de hombres y mujeres que comparten su mutua experiencia, fortaleza y esperanza para resolver su problema común y ayudar a otros a recuperarse del alcoholismo.

“El único requisito para ser miembro de A.A. es el deseo de dejar la bebida. Para ser miembro de A.A. no se pagan honorarios ni cuotas; nos mantenemos con nuestras propias contribuciones. A.A. no está afiliada a ninguna secta, religión, partido político, organización o institución alguna; no desea intervenir en controversias; no respalda ni se opone a ninguna causa. Nuestro objetivo primordial es mantenernos sobrios y ayudar a otros alcohólicos a alcanzar el estado de sobriedad.”*

DEL UNDÉCIMO PASO

Nos valemos del autoexamen para iluminar el lado oscuro y negativo de nuestra naturaleza con una nueva visión, acción y gracia.

Doce Pasos y Doce Tradiciones, pág. 96

DE UNA CARTA DEL UN MIEMBRO DE AFUERA A UN MIEMBRO DE ADENTRO

“Tengo 47 años de edad y estoy recién divorciado. Perdí mi trabajo y mi bellísima mujer a causa del alcohol. Logré mi sobriedad el 1 de abril de este año, y A.A. ha transformado mi vida. Estoy agradecido por mi nueva vida y encantado de tener la oportunidad de llevarte el mensaje. Llevo poco tiempo en A.A. y todavía voy aprendiendo cosas de A.A. Una cosa que me enseña es que al ayudarte a ti me ayudo a mí mismo. No estamos solos. Haré

todo lo que pueda por ayudarte. Te daré mi apoyo, te contaré la historia de mi sobriedad, y te ayudaré a poner los Pasos en práctica. Puede que a veces los Pasos sean difíciles, pero las recompensas serán grandes.” — **Rusty C., Región Suroeste**

EL LIBRO GRANDE (Alcohólicos Anónimos)

“Dios obra de formas que yo nunca comprenderé. Sinceramente amo a Dios y le agradezco por sus formas de obrar. Durante mucho tiempo fui luchando, entrando y saliendo y volviendo a A.A. Entré queriendo lo que ustedes tenían y tienen. Ahora me encuentro encarcelado, sentenciado a una larga condena porque no quería dejar de beber. Dios me abrió los ojos cuando leí las 164 primeras páginas del Libro Grande, lentamente, por primera vez en mi vida. Por fin veo la luz al final del túnel que parecía sin fin. Soy de una familia de alcohólicos, pero tuve que caminar mi propio camino para acabar en esta época de mi vida. Estoy muy agradecido – a pesar de estar encarcelado – porque Dios me ha salvado la vida. Tras los resentimientos, los fracasos, la gente que he lastimado, ahora por fin puedo rendirme y dejarlo en manos de Dios. Tengo una nueva perspectiva sobre la vida y ya no tengo miedo a la vida. Ya sé cuál es el verdadero significado de la vida – *dar lo que a mí me han dado libremente*. Ay, no puedo expresar la auténtica alegría que siento aquí en esta celda.” — **Kevin H., Región Nordeste**

“Me llamo Roberto y soy alcohólico. Les escribo para agradecerles por el ejemplar del Libro Grande que me enviaron. Encontré un Poder Superior aquí en la prisión y experimenté un ‘despertar espiritual’ para poder decir que NO al alcohol. Por primera vez en mi vida, pude decir que NO a la bebida. Gracias a mi Poder Superior fui introducido a A.A. y ahora llevo 12 años sobrio. No quiero volver a tocar el alcohol jamás. El alcohol me volvió loco. Perdí a mi familia y todo lo que tenía y debido al alcohol, estoy aquí en la prisión. Al recibir el libro de A.A., me parecía que era lo que me había faltado en mi camino espiritual. Después de leer los dos primeros capítulos, sabía que tenía razón. Me mantengo sobrio, un día a la vez...” — **Roberto C., Región Suroeste**



‘MANTENER UNA ACTITUD POSITIVA’

“Actualmente soy una interna en una prisión para mujeres. He estado dos años en esta institución pero llevo 4½ encarcelada. He participado anteriormente en el programa de A.A. He pasado los más maravillosos momentos de mi vida cuando estaba sobria. Me sentía muy cerca de Dios. Durante una recaída cometí un crimen. Nunca me había imaginado que fuera capaz de hacer una cosa así, ni que me encontraría en prisión. Esas cosas le pasaban a otra gente, no a mí. Sabía los peligros que yo corría y el daño mental y emocional que causaba a mi familia, pero nunca pensé que pudiera lastimar físicamente a otras personas. A veces puede ser muy difícil mantener una actitud positiva. Necesito toda la ayuda que pueda conseguir. Es raro encontrar influencias positivas en prisión. La consejera que se fue tuvo una influencia muy positiva en mí. Tengo también una madrina por correo. Tengo miedo de volver a beber. Es mi mayor temor. Me mantengo alejada de la gente de aquí que se mete en esas cosas. Hoy día elijo la vida. No quiero ser miembro de los muertos vivientes. Quiero ser una madre, una hija, tía, sobrina y miembro sobrio de A.A.” — **Cynthia C., Región Sudeste**

“Me llamo Shaun y soy alcohólico. Estoy actualmente cumpliendo una condena a cadena perpetua. Les escribo porque, dicho directamente, necesito ayuda. Necesito a la Comunidad y el amor del grupo en mi vida. Necesito a alguien con quien hablar que entienda a otro alcohólico y me diga las cosas sin rodeos. El alcohol ha arruinado mi vida y gracias al amor de mi Poder Superior, a quien llamo Dios, he podido levantar la cabeza y enderezarla a medias. Pero vivir día a día es una lucha que no quiero dar por perdida. Me ayudaría mucho tener a alguien con quien hablar para poder desahogar mi frustración y las emociones que acompañan a la vida diaria. Mentalmente he tocado fondo, pero estoy tratando de subir la escalera. Pido ayuda ahora porque no sé qué otra cosa hacer. No me rindo fácilmente y aunque tengo una condena de cadena perpetua, todos los días hago todo lo posible por mantener una actitud positiva y ver lo bueno de cada situación. Por favor, ¿pueden ayudarme a anunciar mi nombre y explicar mi situación para que tal vez, si alguien tiene ganas de hacerlo, podamos mantener correspondencia y contarnos uno al otro nuestras historias? Aquí donde me encuentro no tengo acceso a reuniones. Gracias por escucharme.” — **Shaun W., Región Pacífico**

“Los hombres aquí viven de su orgullo. Sé que tuve que aplastar mi orgullo para poder encontrar la sobriedad y empezar a andar por la senda espiritual. ¿Cómo puedo llegar a estos hombres sin ofenderlos ni enojarlos ni tampoco condenarlos? Trato de usar como ejemplo mi propia historia, como se me ha enseñado, pero aun así se ponen a la defensiva. Agradecería cualquier consejo. Gracias por escucharme. ¿Podrían en su carta de respuesta enviar sus mejores deseos a mis compañeros de A.A. de aquí? El contacto con el exterior puede levantar la moral en nuestras reuniones. Gracias otra vez.” — **Sean W., Región Suroeste**

‘...MOTIVACIÓN EN GRUPO’

“Soy una alcohólica feliz en recuperación y he estado sobria desde el 12 de junio de 2009. Tenía en mi congelador más botellas y galones de coñac que comida. Me despertaba con un trago, me iba a dormir con un trago, y durante el día, si tú me irritabas, me tomaba un trago para que tú me dejaras en paz. (Figura retórica). Todo mi trabajo, la iglesia, hacer tartas, todo estaba basado en la bebida y me gustaba muy fría — así que si mi congelador estaba medio vacío y tenía que escoger entre carne picada de vaca o alcohol, me hacía un guiso de atún de lata y compraba más alcohol. Eso era terrible, yo era terrible. No quiero volver a vivir así nunca. Ahora estoy compartiendo con quienes quieren hacerlo. Creo que algunas se han desanimado un poco pero encontramos la motivación en el grupo siempre que haya más de un miembro. Es un buen día para estar sobria. Gracias.” — **Priscilla J., Región Suroeste**

GRATITUD POR EL SCC

“Respetuosamente, gracia y paz a todos ustedes. Escribo para decir ‘gracias’ y ‘muchas gracias’ por vincularme con alguien del Servicio de Correspondencia de Correccionales (SCC). El me ha escrito y yo le he contestado. Mi vínculo de afuera es una bendición del cielo por la que estoy muy agradecido. Díganme lo que puedo hacer para ayudar a A.A. Ahora ustedes son la única familia que tengo y amo a A.A. Necesito y quiero tener siempre a A.A. en mi vida. Después de catorce años, puedo salir en libertad condicional el año que viene. Rezo y espero unirme a A.A. para ofrecermelo como voluntario para cualquier cosa que pueda hacer. Tengo a todos en mis oraciones. ¡Que Dios los bendiga! Con amor y respeto.” — **Brian P., Región Nordeste**

SERVICIO DE CORRESPONDENCIA DE CORRECCIONALES (SCC)

Si vas a estar encarcelado más de seis meses y tienes interés en intercambiar correspondencia con un miembro de A.A. de afuera, con quien puedes compartir experiencia relacionada con tus problemas con el alcohol, escribe a la OSG para inscribirte en el Servicio de Correspondencia de Correccionales. Se emparejan los correspondientes al azar; los hombres escriben a hombres y las mujeres a mujeres.

CONTACTOS ANTES DE LA PUESTA EN LIBERTAD

Si escribes a la OSG con una antelación de tres a seis meses a la fecha de tu puesta en libertad, podríamos intentar hacer arreglos para que tuvieras a alguien a quien escribir justo antes de salir en libertad. De esa manera, tendrías la posibilidad de ponerte en contacto con un A.A. residente del pueblo en que vas a vivir que te podría ayudar a hacer la transición de A.A. “adentro” a A.A. de “afuera.”

Esperamos tener noticias tuyas.